

Tradycyjna wołowina z kapustą

Pożywne, tradycyjne danie. Bardzo proste wykonanie

 Czas na High: 4-5

 Ilość porcji: 6+

 Czas na Low: 8-10

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- 12 młodych ziemniaków, pokrojonych w ćwiartki
- 4 marchewki, pokrojone
- Ok 2 kg wołowiny szponder
- 2 cebule, pokrojone
- 3 liście laurowe
- 8 ziarenek czarnego pieprzu
- 1 kapusta, posiekana
-



Wykonanie:

Umieść ziemniaki i marchew na spodzie wolnowaru Crock-Pot®. Dodaj szponder, cebulę, liście laurowe i pieprz. Dolej trochę wody, upewniając się, że urządzenie jest wypełnione przynajmniej w połowie. Gotuj pod przykryciem na poziomie LOW 8 do 10 godzin lub na poziomie HIGH 4 do 5 godzin. W połowie czasu gotowania dodaj posiekaną kapustę.